

*Marelić Nenad,
Đurković Tomislav
Vladimir Janković
Tomislav Busch
Marelić Sanja
Tomica Rešetar*

ANALIZA I PRIJEDLOG PROMJENA PLANA I PROGRAMA SADRŽAJA ODBOJKE ZA OSNOVNE I SREDNJE ŠKOLE

1. UVOD

Intencija rada je predložiti izmjene u planu i programu koje bi mogle doprinijeti kvalitetnijem usvajanju odbojkaških sadržaja na atraktivniji i metodički ispravan način. Analizirani će biti odbojkaški sadržaji postojećih planova tjelesne i zdravstvene kulture za osnovnu i srednju školu, te će temeljem analize biti izvršen prijedlog za njihovu promjenu.

2. OSVRT NA POSTOJEĆE ODBOJKAŠKE SADRŽAJE ZA OSNOVNE I SREDNJE ŠKOLE

Napomena: Analizirane su teme koje su terminološki krivo nazvane, teme koje su nedovoljno objašnjene i one teme (elementi) koje uopće nisu prepoznatljivi u domaćoj i stranoj literaturi. Takve nastavne teme ponavljaju se u više razreda ili u istom razredu, ali posebno za učenice i učenike. Takve teme analizirane su samo pri prvom pojavljivanju.

OSNOVNA ŠKOLA

Mora se naglasiti da je postojeći plan pisan posebno za učenike, a posebno za učenice što nije nužno, jer učenice planirane sadržaje mogu svladati istom dinamikom kao i učenici.

U početnoj etapi obuke tehničko - taktičkih elemenata odbojke poželjno je odmah na početku učiti tri odbojkaške tehnike: vršno odbijanje, podlaktično odbijanje i donji servis. Naime, usvajanjem spomenuta tri elementa moguće je kod mlađih dobnih kategorija primijeniti igru na igralištu manjih dimenzija i s manjim brojem igrača. Takav način rada priznat je i od strane FIVB-a, te se kod mlađih kategorija i organiziraju natjecanja u tzv. **MINI ODBOJCI**. Mini odbojka koristi se u metodici učenja mnogih drugih europskih zemalja npr. Italiji, Njemačkoj itd. Takav pristup koristi se jer ima sve pretpostavke za prijelaz na odbojku službenih dimenzija igrališta.

Nastavna tema iz postojećeg plana i programa "Igra preko mreže s većim brojem igrača" prema iskustvima na KF-u, i OŠ. P. Zrinski, Zagreb, OŠ Jure Kaštelan, Zagreb, ne koristi se u početnoj obuci i nema sve karakteristike bitne za prijelaz na natjecateljsku odbojku (*npr. igrači se ne nalaze pravilno u svojim zonama*). Također bitno je napomenuti da je prema mišljenju nekih odbojkaških stručnjaka, ali i iskustva nastavnika na Kineziološkom fakultetu tehnika podlaktičnog odbijanja po brzini usvajanja čak i lakša od usvajanja tehnike vršnog odbijanja. U SAD-u tehnika podlaktičnog odbijanja je prvi tehnički element s kojim se početnici susreću (Király, 1990). Obrazloženje je u tome što djeca starosti 10-12 godina imaju probleme u formiranju tzv. odbojkaške košarice (veličina šake) i odbijanju (težina lopte), što nije slučaj kod tehnike podlaktičnog odbijanja, pa nema razloga da se uči tek u 6. razredu.

Nejasan je i opis nastavne jedinice iz 5. razreda osnovne škole: "Odbijanje lopte objeručno vršno, srednje i visoko u odbojkaškom stavu". Također, nije posve jasno zašto je odbojkaškom elementu "Smeč iz mjesta sunožnim odrazom" (7. razred osnovne škole) pridana takva važnost da praktički zamjenjuje smeč iz zaleta.

Naime, smeč iz mjesta rijetko se događa na odbojkaškoj utakmici, a pojavljuje se isključivo nakon pogrešnog prijema protivnika kada lopta prelazi na suprotnu stranu. Korištenjem isključivo smeča iz mjesta, učenici i učenice nisu u stanju organizirati napad trećom loptom, a što je i osnova taktike napada jedne ekipe.

V. RAZRED

2. nastavna tema: "Donji servis ravno naprijed". Nije nužno naglasiti da se servira ravno naprijed. Ispravno bi bilo: "Donji servis".

3. nastavna tema: "Pripremna odbojka". Termin "pripremna" se ne koristi, a ispravno je "modificirana ili mini odbojka". Također, potrebno je definirati broj učenika i dimenzije terena.

VI. RAZRED

nastavna tema: "Dodavanje lopte u pravcu ispred i iznad glave". Nije definirana tehnika odbijanja lopte. nastavna tema: "Pripremna odbojka". Vrijedi opaska iz prethodnog razreda.

VII. RAZRED

nastavna tema: "Smeč iz mjesta sunožnim odrazom".

VIII. RAZRED

nastavna tema: "Situacijsko dodavanje i dizanje lopte". Nije definirana tehnika odbijanja lopte niti situacije koje učenici trebaju riješiti.

1. nastavna tema: "Pokrivanje terena pri očekivanju i izvođenju servisa". Nije definiran sistem prilikom prijema servisa (npr. zvjezdasti), kao ni sistem koji treba zauzeti ekipa za vrijeme vlastitog servisa

3. nastavna tema: "Igra preko mreže kao momčadska igra". Nije definiran sistem igre (npr. 6:0)

SREDNJA ŠKOLA - Kao i u osnovnoj školi nepotrebno postoji plan zasebno za učenike i zasebno za učenice. Analizirajući postojeći plan i program tjelesne i zdravstvene kulture tj. sadržaje odbojke u istom može se zaključiti da postoje neke nejasnoće vezane za aktualne nastavne teme. Npr. nastavna tema tj. element "Servis preko glave" element je koji nije poznat u domaćoj i stranoj literaturi, te je nejasno kako su profesori tjelesne i zdravstvene kulture do sada obrađivali ovu nastavnu temu. Također naziv nastavne jedinice "Igra preko mreže" suvišan je, jer je osnovna karakteristika odbojke upravo odbijanje preko mreže!

Jedna od zamjerki autora na planirane sadržaje odbojke je i na ponavljanje pojedinih nastavnih tema iz plana osnovne škole u planu srednje škole.

I. RAZRED

2. nastavna jedinica (učenici): "Dodavanje u skretanju pravca". Nije definirana tehnika odbijanja i nejasno je kako to autor "skreće pravac". Nastavna tema (učenici): "Servis preko glave". Element koji ne postoji u stručnoj literaturi konzultiranoj i korištenoj pri izradi ovog rada.

4. Nastavna tema (učenici): "Smeč iz zaleta sunožnim odrazom". Suvišno je naglašavati da se smeč izvodi iz zaleta sunožnim odrazom. Pravilno bi bilo: "Smeč visoke lopte". 6. Nastavna tema (učenici): "Igra preko mreže". Nije definiran sistem igre (npr. 6:0).

II. RAZRED

2. nastavna tema (učenici): "Dodavanje odbijanjem na različitim udaljenostima, u oštrim i blagim parabolama". Nije definirana tehnika odbijanja.

4. nastavna tema (učenici): "Spašavanje lopti iz mreže jednom i objema rukama". Nije definirana tehnika odbijanja niti eventualna tehnika prizemljenja. Nastavna tema (učenice): "Objeručno i jednoručno odbijanje lopte iz odbojkaškog stava". Nije definirana tehnika odbijanja.

III. RAZRED

nastavna tema (učenici): "Padovi i bacanja kod hvatanja niskih lopti". Nije definirana tehnika odbijanja lopte, kao ni tehnika(e) prizemljenja.

IV. RAZRED

1. nastavna tema (učenici): "Primanje i dodavanje lopte kroz igru". Nije definirana tehnika odbijanja lopte.

2. nastavna tema (učenice): "Spašavanje lopti iz mreže". Nije definirana tehnika odbijanja i eventualnog prizemljenja prilikom spašavanja lopte.

3. nastavna tema (učenice): "Spašavanje lopti u polju prizemljenjem". Nije definirana tehnika prizemljenja.

5. nastavna tema (učenice): "Kolektivne i individualne taktičke forme napada". Taktičke forme nisu definirane.

7. nastavna tema (učenice): "Igra uz primjenu raznih sistema napada i obrane". Sistemi obrane i napada nisu definirani.

3. PRIJEDLOG PLANA I PROGRAMA ODBOJKAŠKIH SADRŽAJA ZA OSNOVNE I SREDNJE ŠKOLE

3.1. PRIJEDLOG SADRŽAJA OSNOVNE ŠKOLE

5. RAZRED OSNOVNE ŠKOLE (učenici i učenice) 1. Dolazak u odbojkaški stav i vršno odbijanje ispred i iznad glave 2. Dolazak u odbojkaški stav i donje podlaktično odbijanje ispred i iznad glave 3. Donji servis 4. Modificirana odbojka na malom igralištu (1:1,2:2, 3:3).

6. RAZRED OSNOVNE ŠKOLE (učenici i učenice) 1. Vršno odbijanje promjenom pravca dizanja (priprema pri dizanju za smeč). 2. Donje podlaktično odbijanje promjenom pravca 3. Modificirana odbojka na malom igralištu (2:2, 3:3, 4:4) 4. Modificirana odbojka na malom igralištu- "treća lopta preko" (2:2, 3:3, 4:4)

7. RAZRED OSNOVNE ŠKOLE (učenici i učenice) 1. Dizanje za smeč (visoka lopta - III tempo) 2. Smeč iz zaleta visoke lopte - III tempo 3. Odbojka igra - sistem 6:0 (svi dižu i svi smečiraju) 4. Usavršavanje taktike putem igre (napad "trećom" loptom)

8. RAZRED OSNOVNE ŠKOLE (učenici i učenice) 1. Vršno odbijanje u skoku 2. Obrana padom naprijed iz niskog odbojkaškog stava - "poluupijač" 3. Gornji lelujavi servis 4. Odbojka, pokrivanje terena prilikom prijema servisa (5 igrača - zvjezdasto stajanje) i prilikom izvođenja servisa

3.2. PRIJEDLOG SADRŽAJA ZA SREDNJE ŠKOLE

1. RAZRED SREDNJE ŠKOLE (učenici i učenice) 1. Vršno odbijanje preko glave 2. Odbijanje podlakticama preko glave 3. Smeč iz zaleta visoke lopte varkom - "kuhanje" 4. Igra 6:6 (naglasak na taktici servisa i prijema)

2. RAZRED SREDNJE ŠKOLE (učenici i učenice) 1. Obrana povaljkom unazad (podlaktično odbijanje) 2. Sustavi igre u obrani polja – centarhalf naprijed 3. Individualni blok 4. Igra 6:6 (naglasak na taktici dizanja i napada)

3. RAZRED SREDNJE ŠKOLE (učenici i učenice) 1. Tenis servis 2. Sustav igre 4:2 bez utrčavanja dizača (diže dizač koji je u prednjoj liniji - tradicionalni 4:2 sustav) 3. Sustavi igre u obrani 1(blok)-2 (zaštita)-3(obra)polja 4. Igra s naglaskom na taktiku bloka i obrane polja

4. RAZRED SREDNJE ŠKOLE (učenici i učenice) 1. Obrana gornjim odbijanjem podlakticama i dlanovima 2. Zaštita vlastitog napada 2-3 u tradicionalnom sustavu 4:2 3. Obrana povaljkom u stranu (podlaktično odbijanje, odbijanje jednom rukom) 4. Igra 6:6 (suđenje, sudački znakovi, vođenje zapisnika...)

4. ZAKLJUČAK

U osnovnim i srednjim školama odbojkaški sadržaji propisani planom i programom neadekvatno su metodički i terminološki objašnjeni pa je ovim radom dan prijedlog za usvajanje tih sadržaja na metodički i terminološki ispravan, i što je jako važno učenicima atraktivan način.

5. LITERATURA:

1. American Sport Education Program (1993). Coaching youth volleyball Champaign: Human Kinetics.
2. Đurković, T. (1999). Analiza i prijedlog plana i programa sadržaja odbojke za osnovne i srednje škole (Diplomski rad). Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.
3. Findak, V. (1992). Metodika tjelesne i zdravstvene kulture Zagreb: Školska knjiga.
4. Janković, V., Marelić, N. (1995). Odbojka Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu.
5. Kiraly, K. (1990). Karch Kiraly championship volleyball New York: Simon and Schuster Building.
6. Nastavni plan i program za osnovnu školu - Tjelesna i zdravstvena kultura (1999) Zagreb: Prosvjetni vjesnik.
7. Nastavni plan i program za srednju školu - Tjelesna i zdravstvena kultura (1984) Zagreb: Vjesnik republičkog komiteta za prosvjetu, kulturu, fizičku i tehničku kulturu SR Hrvatske.